

## Описание практики инклюзивного образования.

### Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе учителя-логопеда.

*Горбачевская Е.С., учитель-логопед*

*МКДОУ «Ручеёк» г.Бородино*

Сохранение и укрепление здоровья детей с нарушениями речи, особенно важно, поскольку они соматически ослаблены, а некоторые имеют хронические заболевания. Плохо говорящие дети, начиная осознавать свой недостаток, становятся молчаливыми, застенчивыми, нерешительными; затрудняется их общение со сверстниками, снижается познавательная активность. Всякая задержка, любое нарушение в ходе развития ребёнка отрицательно отражаются на его деятельности и поведении, а значит, на формировании личности в целом.

Решение данной проблемы видится мне во внедрении элементов здоровьесберегающих технологий, то есть тех технологий, использование которых в воспитательно-образовательном и коррекционно-развивающем процессе идет на пользу здоровья детей.

*Цель:* реализовать комплексы здоровьесберегающих технологий в ходе коррекционно-образовательного процесса, стимулировать развитие произвольной регуляции движения, скоординированной работы мозга, формирование артикуляционной моторики и развитие речевого аппарата, развитие мелкой моторики, формирование интенсивного речевого развития.

Для этого мною были подобраны оптимальные упражнения, которые при системном выполнении существенно влияют не только на реализацию коррекционных логопедических задач, но и на укрепление здоровья детей в целом.

### Здоровьесберегающие технологии, используемые в логопедической работе.

<i>Виды здоровьесберегающих технологий и методик</i>	<i>Особенности методики</i>	<i>Время проведения в структуре занятия</i>
Американская методика обучения кинезиологии - BrainGim:	<ul style="list-style-type: none"><li>• стимулирует деятельность мозга;</li><li>• зрительных и слуховых анализаторов;</li><li>• снижает утомляемость ребенка в целом;</li><li>• укрепляет физическое здоровье ребенка</li></ul>	Физкультминутка (проводится на каждом занятии, варьируется с пальчиковой гимнастикой).

Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой А.Н.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает нормализацию обменных процессов в организме;</li> <li>• укрепляет и тренирует дыхательную мускулатуру, мышцы брюшного пресса, спины, ног и рук;</li> <li>• улучшает работу легких;</li> <li>• способствует укреплению организма в целом.</li> </ul>	Оргмомент (проводится на каждом занятии, варьируется с самомассажем).
Самомассаж по методикам Дьяковой Е.А., А.Уманской, М.Картушиной, А.Галанова	<ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает функции рецепторов проводящих путей;</li> <li>• усиливает рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами.</li> <li>• повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата</li> </ul>	Оргмомент (проводится на каждом занятии, варьируется с дыхательной гимнастикой).
Артикуляционная гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Укрепляет мышцы речевого аппарата.</li> <li>• Вырабатывает качественные, полноценные движения органов артикуляции, подготавливает к правильному произношению фонем.</li> </ul>	(проводится на каждом занятии, варьируется с самомассажем).
Пальчиковая гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивает функцию речевых зон коры головного мозга;</li> <li>• активизация интеллектуальной деятельности детей;</li> <li>• развитие координации движений и мелкой моторики.</li> </ul>	Физкультминутка (проводится на каждом занятии, варьируется с BrainGim) .
Гимнастика для глаз.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Снимает мышечное напряжение глаз;</li> <li>• Укрепляет и тренирует мышцы глаз;</li> <li>• Способствует переключению внимания.</li> </ul>	Используется на фронтальных, подгрупповых занятиях после зрительных нагрузок

Здоровьесберегающие технологии использую на фронтальных и подгрупповых, индивидуальных, интегрированных занятиях, как занятия и его часть.

Основной принцип подачи материала - игровая форма. Главная задача педагога – поддерживать интерес ребенка. Обучая дошкольников при помощи игры, необходимо стремиться к тому, чтобы радость от игровой деятельности переросла в радость учения.

Работа по использованию здоровьесберегающих технологий на логопедических занятиях строится с учетом основных принципов обучения: системности; доступности; от простого к сложному; наглядности.

Усвоение комплексов упражнений осуществляется по принципу от простого к сложному. Только отработав один комплекс, необходимо переходить к другому, повторяя на последующих занятиях усвоенное и закрепляя новое. Используя комплекс упражнений по тому или другому направлению, важно объяснять детям его необходимость и важность. Инструкции учителя-логопеда должны быть четкими и доступными для понимания ребенка.

Для успешной организации занятий с детьми 5-7 лет использую методы организации и осуществления усвоения здоровьесберегающих комплексов; контроля и самоконтроля; стимулирования.

**Методы организации и осуществления усвоения здоровьесберегающих комплексов:**

- рассказ или беседа;
- наглядный и демонстрационный материал;
- индуктивный – от частного к общему;
- дедуктивный – от общего к частному;
- работа под руководством логопеда;
- самостоятельная работа дошкольников.

Наглядные пособия, демонстрационный материал служат как для объяснения нового материала (упражнений, комплекса), так и для контроля понимания детьми тем программы.

Словесный приём обучения (словесные указания, инструкции, словесные игры и упр.), также имеют большое значение для усвоения различных тем, комплексов программы.

Контроль за усвоением определенного комплекса ведется в быстром темпе. Разучивание нового требует использование наглядности, длительного повторения.

**Методы контроля и самоконтроля:**

- индивидуальный;
- фронтальный.

**Методы стимулирования:**

- игры;
- занимательные задания;
- поощрения;
- соревнования.

Хороший эффект дает введение элементов соревнования. На занятиях дети учатся быть внимательными, действовать с указаниями учителя - логопеда, находить и исправлять свои ошибки и ошибки других.

Этапы работы по реализации здоровьесберегающих технологий в структуре логопедического занятия: организационный, физкультурная минутка, заключительный.

Первый этап занятия – *организационный*. Его цель – введение в тему занятия, создание положительного настроения на учение, стимулирование иммунной системы ребенка, а также коррекция физиологического и речевого дыхания. В оргмоменте целесообразно использовать элементы дыхательной гимнастики Стрельниковой А.Н, самомассажа по методике Дьяковой Е.Н А.Уманской, М. Картушиной, А.Галанова, выполняемых с учетом индивидуальных особенностей и возможностей детей. Применение дыхательных упражнений в организационной части занятия позволяет активизировать обменные процессы в организме, тренирует дыхательную мускулатуру, настраивает на позитивное восприятие занятия, способствует укреплению организма в целом.

Применение логопедического самомассажа стимулирует кинестетические ощущения мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата, а также в определенной степени и нормализует мышечный тонус данных мышц.

Процедура самомассажа проводится, как правило, в игровой форме по рекомендуемой педагогом схеме: массаж головы, мимических мышц лица, губ, языка. Во время выполнения движений у ребенка не должно быть ощущений дискомфорта, напротив, все движения самомассажа должны приносить ребенку удовольствие.

На *физкультурных минутках* целесообразно использовать элементы методики обучения кинезиологии - BrainGim. Данный метод позволяет активизировать межполушарное взаимодействие мозга, вследствие чего у ребенка улучшается память, внимание, речь, пространственные представления, снижается утомляемость, повышается способность к произвольному контролю. В ходе систематических занятий по данной методике у ребёнка исчезают явления дислексии, наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а также управлению своими эмоциями. Предлагаемые упражнения по пальчиковой гимнастике способствуют развитию мелкой моторики, синхронизации работы полушарий головного мозга. Кинезеологические упражнения органично включаются в пальчиковые гимнастики, которые очень нравятся дошкольникам. К тому же в игровой форме дети могут закреплять знания об окружающем мире. В упражнениях комплекса используется точечный массаж, позволяющий активизировать внимание, память. Использование упражнений этого комплекса подразумевает знание основных положений кинезиологии и основ точечного массажа.

*Заключительный этап* занятия предполагает обобщение полученных знаний и эмоциональную оценку каждым ребенком своего участия в занятии. Чтобы успокоить и снять чрезмерное мышечное и эмоциональное напряжение проводятся упражнения на релаксацию. Умение расслабляться помогает детям снять возбуждение и сконцентрировать внимание. На этом этапе занятия хорошо использовать упражнения по психогимнастике, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы). Использование психогимнастики (этюды, упражнения, игры) позволяет детям выразить свое эмоциональное состояние (веселье, грусть, огорчение, радость и т.д.). Мимические упражнения улучшают работу лицевых мышц, способствуют развитию подвижности артикуляционного аппарата. Психофизическая гимнастика помогает раскрепощению детей, проявлению своего «я», развитию воображения, преодолению двигательной неловкости, даёт позитивный настрой, способствует укреплению здоровья детей в целом.

На определенном этапе проведения коррекционно-логопедического занятия детям (по их желанию) позволяется заниматься стоя или облокотившись на стол, стоя коленом на стуле и т. д. Это тоже снимает мышечную усталость и вносит новизну в общение учителя-логопеда и ребенка. Некоторые развивающие занятия проходят на ковре. По своему желанию дети могут заниматься сидя, лежа, облокотившись о стену, менять положение тела по своим потребностям. Работоспособность от этого не уменьшается, а наоборот увеличивается.

Циклограмма использования здоровьесберегающих технологий в учебном году (*Приложение 1*).

*В результате проведенных мероприятий к концу учебного года ребёнок приобретает ряд новых умений и навыков:*

- ✓ Способность четко и правильно выполнять все виды упражнений.
- ✓ Умение быстро переключаться с одного вида упражнения на другое.
- ✓ Умение выполнять перекрёстные движения, свидетельствующие о развитии межполушарного взаимодействия.
- ✓ Умение сосредотачивать внимание, мобилизовать двигательную память.
- ✓ Основы умений и навыков по координации общей и мелкой моторики.
- ✓ Развитие и укрепление мышц пресса, рук, ног, общего тонуса, дыхательной и мимической мускулатуры.
- ✓ Развитие основных физических качеств: ловкости, координацию движений, гибкости, выносливости, чувства равновесия.

✓ Культуру выполнения движений, способность к сотрудничеству и взаимопомощи.

Анализ снижения уровня заболеваемости детей до использования системы данных упражнений и после, позволяет сделать вывод, что только системный подход в реализации здоровьесберегающих методик и технологий приводит к укреплению здоровья детей. А это в свою очередь позволяет решать и коррекционные задачи (развитие связной речи, зрительной памяти, внимания, улучшение звукопроизношения).

Мониторинг достижений детьми по результатам диагностики в период с 2014 по 2017 уч. годы показал следующие результаты:

- в 2014-2015 уч. году положительная и устойчивая динамика речевого развития детей с ОНР составила - 70%;
- в 2015-2016 уч. году - 72%;
- в 2016-2017 уч. году - 75%.

Проводимая мною работа показывает, что использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях позволяет достичь высоких результатов в моей профессиональной деятельности.

#### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.

1. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2007.
2. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика для развития умственных возможностей «Брейн Джим» /перевод с английского А.В. Малушиной. М.: Изд-во Рос.откр. ун-та, 1992.
3. Дьякова Е.А. Логопедический массаж.- М., 2004.
4. Каралашвили, Е.А. Физкультурная минутка. Динамические упражнения. - М.: ТЦ Сфера, 2001.
5. Ковалева Е.Л., Остапенко Ю.И. Учиться легко и весело. Практическое пособие по образовательной кинезиологии. – Волгоград «Перемена», 1996г.
6. Краузе, Е.Н. Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. - СПб.: Корона, 2004.
7. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика здоровья. – Мурманск, 1996.
8. Новикова Е.Л. Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников. - М., 1999.
9. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников.-М.: ТЦ Сфера, 1999.

10. Ротенберг Роберт. Расту здоровым: Детская энциклопедия здоровья: пер.с англ. – М.: ФиС, 1992.

11. Семенова Н. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. — СПб., 2002.

12. Узорова, О.В., Нефедова, Е.А. Пальчиковая гимнастика. - М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.

13. Фомина Н.А. В ритме музыки дышать веселее. Музыкально-ритмическая дыхательная гимнастика на основе методики Стрельниковой А.Н.: Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2001.

14. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1990.

Приложение 1

### Циклограмма использования здоровьесберегающих технологий в учебном году.

Дата проведения	Здоровье-сберегающие технологии	Время проведения в структуре занятия		
		Орг. момент	Физминутка	Итог занятия
<b>Сентябрь</b>	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой(вводный курс)</i>	Упр. «Ладшки», «Погонщики», «Ветерок».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	Упр. «Я хороший», «Рисуем яблочки», «Пальцевый душ», «Глазки спят».	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Пальчики», «Урожай».	-
	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Я – солнышко», «Улыбка».
<b>Октябрь</b>	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой(вводный курс)</i>	Упр. «Ладшки», «Погонщики», «Насос», «Кошка».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	«Пальцевый душ», «Наденем шапочку», «Нарисуем усы», «Грустный клоун»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Урожай», «Повстречались два котенка», «Я по городу иду».	-

	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки», «Сова».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Я – облако», «Доброта».
Ноябрь	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой(основной курс)</i>	Упр. «Обними плечи», «Большой мятник» («Насос»+ «Обними плечи»)	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	Упр. «Пальцевый душ», «Нарисуем брови», «Клювик»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Есть у каждого свой дом», «Наши помощники».	-
	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Ленивые восьмерки», «Сова», «Шапочка для размышления».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Котенок греется на солнышке», «Добрые слова».
Декабрь	<i>Дыхат. гимн Стрельниковой(основной курс)</i>	Упр. «Ветерок», «Фейерверк», «Гудок паровоза».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	Упр. «Я хороший» «Рисуем яблочки», «Пальцевый душ», «Глазки спят».	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Ёлка», «Звери водят хоровод».	-
	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Я – солнышко», «Улыбка».
Январь	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой(основной курс)</i>	Упр. «Великан и карлик», «Конькобежец», «Дровосек», «Погреемся».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	«Пальцевый душ», «Наденем шапочку», «Нарисуем усы», «Грустный клоун»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Урожай», «Осень».	-



	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки», «Сова».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Я – облако», «Доброта».
Февраль	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой( основной курс)</i>	Упр. «Обними плечи», «Большой маятник», «Мельница», «Стрельба»	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	Упр. «Пальцевый душ», «Нарисуем брови», «Клювик»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Осень», «Грибы да ягоды»	-
	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Ленивые восьмерки», «Сова», «Шапочка для размышления».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Котенок греется на солнышке», «Добрые слова».
Март	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой( основной курс)</i>	Упр. «Трубач», «Цирковая лошадка», «Насос», «Котенок».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	«Пальцевый душ», «Наденем шапочку», «Нарисуем усы», «Грустный клоун»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Урожай», «Осень».	-
	<i>BrainGim</i>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки», «Сова».	-
	<i>Психо-гимнастика</i>	-	-	Упр. «Я – облако», «Доброта».
Апрель	<i>Дыхат. гимн. Стрельниковой( основной курс)</i>	Упр. «Аромат цветы», «Сердитый ёжик», «Аист», «Гусь».	-	-
	<i>Самомассаж Дьяковой.</i>	Упр. «Пальцевый душ», «Нарисуем брови», «Клювик»	-	-
	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	-	Упр. «Осень», «Грибы да ягоды».	-

	<b>BrainGim</b>	-	Упр. «Ленивые восьмерки», «Сова», «Шапочка для размышления».	-
	<b>Психо-гимнастика</b>	-	-	Упр. «Котенок греется на солнышке», «Добрые слова».
<b>Май</b>	<b>Дыхат. Гимн Стрельниковой(основной курс)</b>	Упр. «Ловля комара», «Эхо в лесу», «Гудок паровоза», «Лебединый клин»	-	-
	<b>Самомассаж Дьяковой.</b>	Упр. «Я хороший» «Рисуем яблочки», «Пальцевый душ», «Глазки спят».	-	-
	<b>Пальчиковая гимнастика</b>	-	Упр. «Пальчики», «Урожай».	-
	<b>BrainGim</b>	-	Упр. «Перекрестный шаг», «Ленивые восьмерки».	-
	<b>Психо-гимнастика</b>	-	-	Упр. «Я – солнышко», «Улыбка».